ੴ

ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸਹਾਇ

२० दिन में गुरमुखी (पंजाबी)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ

ਵਿਸ਼ਵ ਨਾਮਧਾਰੀ ਵਿਦਿਅਕ ਜਥਾ

ਸ੍ਰੀ ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ (ਪੰਜਾਬ)

ਜਿਲਾ ਲੁਧਿਆਣਾ

"ਸਭ ਨੂ ਕੁੜੀ ਮੁੰਡੇ ਨੂ ਅਖਰ ਪੜਾਇ ਦੇਣੇ ਗੁਰਮੁਖੀ...." (ਹੁਕਮਨਾਮਾ ਨੰਬਰ 12)
– ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰਨ ਪਰਸਾਰਨ ਵਾਲੇ
ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ

ੴ
ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸਹਾਇ

२० दिन में
गुरमुखी (पंजाबी)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ
ਵਿਸ਼ਵ ਨਾਮਧਾਰੀ ਵਿਦਿਅਕ ਜਥਾ
ਸ੍ਰੀ ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ (ਪੰਜਾਬ)
ਜਿਲਾ ਲੁਧਿਆਣਾ

२० दिन में गुरमुखी (पंजाबी)

ਲਿਖਾਰੀ:
ਡਾ. ਜੈਇੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ 'ਮੰਡੀ'
ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦਿਸੰਬਰ 2017 (2000 ਕਾਪੀ)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਵਿਸ਼ਵ ਨਾਮਧਾਰੀ ਵਿਦਿਅਕ ਜਥਾ
ਸ੍ਰੀ ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ, ਪੰਜਾਬ
ਈ-ਮੇਲ vnvj@sribhaisahib.com

ਭੇਟਾ ਅਮੁੱਲ

ਸੋਹਣਾ ਉਪਰਾਲਾ

ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸਕੀਆਂ ਭੈਣਾਂ ਵਰਗਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਇਕ ਬੋਲ-ਚਾਲ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਲਿੱਪੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਹੈ ਜਦਕਿ ਹਿੰਦੀ ਬੋਲੀ ਦੀ ਲਿੱਪੀ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਹੈ। ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਪੜਾ ਦਰ ਪੜਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੀ ਇਹ ਲਿੱਪੀ ਅਜੋਕੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵਿਕਸਤ ਹੋਈ ਹੈ। ਪੰਡਿਤ ਗੌਰੀ ਸ਼ੰਕਰ ਹੀਰਾ ਚੰਦ ਓਝਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਪੁਸਤਕ "ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਲਿੱਪੀ ਮਾਲਾ" ਵਿੱਚ ਵਰਨਣ ਕੀਤਾ ਹੈ।

"ਪੰਜਾਬੀ ਲਿੱਪੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅੱਖਰ ਦੇਵਨਾਗਰੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਮਹਾਜਨੀ ਲਿੱਪੀ ਹੀ ਵਰਤੀਦੀ ਸੀ ਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਪੁਸਤਕਾਂ, ਨਾਗਰੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਲਿੱਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਮਹਾਜਨੀ ਲਿੱਪੀ ਅਪੂਰਨ ਸੀ ਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਠੀਕ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਧਰਮ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਲਿੱਪੀ ਤੋਂ ਅਜੋਕੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿੱਪੀ ਬਣਾਈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮੁਖੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।"

ਪ੍ਰਵਾਸ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਤਕਰੀਬਨ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਂਤਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਵਸ ਗਏ ਹਨ। ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬੀ ਬਹੁ-ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਾਂਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਣ ਵਾਲੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਗਭਰੇਟਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣੀ ਤਾਂ ਬੇਸ਼ਕ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਪੜ੍ਹਨ ਲੱਗਿਆਂ ਉਹ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਰਪੇਸ਼ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਹਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੰਡੀ (ਹਿ:ਪ੍ਰ:) ਰਹਿੰਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੂਝਵਾਨ ਤੇ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀ ਡਾ. ਜੈਇੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹੁਰਾਂ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣਾਂ ਉਦੱਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਡਾ. ਸਹਿਬ ਨੇ ਬੜੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਦੇਵਨਾਗਰੀ (ਹਿੰਦੀ) ਤੋਂ ਗੁਰਮੁਖੀ (ਪੰਜਾਬੀ) ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਸੁਹਣੀ, ਸੁਖਾਲੀ ਅਤੇ ਹਰ ਇਕ ਦੇ ਸਮਝ ਅਉਣ ਵਾਲੀ ਪੁਸਤਕ (ਹਿੰਦੀ ਪੰਜਾਬੀ ਟੀਚਰ) ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਹਰ ਹਿੰਦੀ ਲਿਖਣ ਵਾਲਾ, ਕੇਵਲ 20 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹਨੀ ਤੇ ਲਿਖਣੀ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ

ਹੈ। ਕੇਡੀ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਲਈ, ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਹੀ ਪੰਨੇ ਦਾ ਸਬਕ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਬੜੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਲਗਾਂ ਮਾਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੁਖੈਨ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਸਮਝਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਵਰਨਮਾਲਾ ਦੇ ਪੈਂਤੀ ਅੱਖਰ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਪੈਂਤੀ ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਗਾਂ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਅੱਖਰ ਅਤੇ ਅੱਧੇ ਅੱਖਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਡਾ. ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਬਹੁਤੇ ਸੋਹਣੇ ਤੇ ਸੁਖਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸਿਖਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦੁਬਿਧਾ ਪੇਸ਼ ਨਾ ਆਵੇ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੁਆਰਾ ਉਚਾਰੀ ਤੇ ਲਿਖੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿੱਪੀ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਸਰਵੋਤਮ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਹਾਨ ਤੇ ਦੁਰਲੱਭ ਭੰਡਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿੱਪੀ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਜੀ ਦਾ ਹੁਕਮ, ਹੋਸ਼ ਸੰਭਾਲਣ ਦੇ ਨਾਲ ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਪੜਾਣ ਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਪਹਿਰਾ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕੋਨੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹਾਨ ਦਾ ਇੰਤਜਾਮ ਕੀਤਾ। ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਦੇ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਵੀ ਇਹੀਓ ਇੱਛਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖ ਬੱਚਾ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਤੇ ਪੜ੍ਹ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕੇ।

ਡਾ. ਜੈਇੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਉਦੱਮ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਹਿਬਾਨ ਦੇ ਇਨਾਂ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਰੀਪੂਰਨਤਾ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹ ਵਧਾਈ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ।

ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਾਇਲ
ਸਕੱਤਰ ਨਾਮਧਾਰੀ ਦਰਬਾਰ
ਸ੍ਰੀ ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ
98786-11958

प्रस्तावना

पंजाबी और गुरमुखी पर्यायवाची शब्द हैं। पंजाबी भाषा है और गुरमुखी लिपि, जैसे हिंदी भाषा है और देवनागरी लिपि। । पंजाबी सीखने का अर्थ है गुरमुखी लिपि का और पंजाबी भाषा का ज्ञान। भाषा वैज्ञानिकों के मतानुसार गुरमुखी लिपि (Script) के संशोधन तथा रचना का श्रेय दूसरे गुरु, श्री गुरु अंगद (1583-1606) को जाता है। पांचवें गुरु, श्री गुरु अर्जन देव ने इस लिपि और भाषा में कुछ और सुधार किए। क्योंकि सिख गुरुओं ने इस लिपि की रचना की, इसे गुरमुखी के नाम से जाना जाता है। कई विद्वानों का मत है कि गुरु अर्जन देव ने ही 1604 में सिखों के पवित्र ग्रंथ की बाणी को गुरमुखी लिपि में तैयार करवाया था। 5894 'शबदों' (hymns) के इस ग्रंथ में उनकी और उनसे पहले हुए गुरुओं की रचनाओं के साथ 937 'शबद' भारत के अन्य समकालीन भक्तों, संतों एवं प्रबुद्ध जनों द्वारा रचित हैं। यह रचनाकार समाज के हर वर्ग और भारत के अन्य प्रांतों का प्रतिनिधित्व करते हैं।

समस्त मानव-जगत की मूलभूत आध्यात्मिक एकता को स्थापित करने वाला यह पवित्र ग्रंथ एक वैश्विक व सार्वभौमिक महत्व रखता है। इस ग्रंथ का दूसरा सम्पादन नौवें गुरु, श्री गुरु तेग बहादुर द्वारा अपनी रचनाएँ डालने के समय हुआ। इतिहासकारों व भाषा वैज्ञानिकों का मत है कि 1430 पन्नों पर लिखे इस पवित्र ग्रंथ में प्राकृत, संस्कृत, बंगाली, पहाड़ी, मराठी सहित 22 भारतीय भाषाओं व बोलियों के साथ अरबी तथा फ़ारसी का भी प्रयोग हुआ है। सारी रचनाएँ 31 शास्त्रीय रागों में निबद्ध हैं और इन रागों में गाई जा सकती हैं। इस पवित्र ग्रंथ का अनुवाद अँग्रेज़ी, हिंदी, फ़्रैंच, स्पैनिश, जर्मन व अन्य कुछ भाषाओं में हो चुका है जो 'नेट' पर उपलब्ध हैं।

गुरबाणी को पढ़ना व सुनना और गुरबाणी कीर्तन सुनना एक सिख की दिनचर्या का सबसे महत्वपूर्ण अंग है। पंजाब से बाहर अन्य प्रांतों में रहने वाले सिख परिवारों के बच्चे अक्सर पंजाबी सीखने से वंचित रह जाते हैं। बड़े होकर वे उस सहज आनंद से भी वंचित रह जाते हैं जो गुरबाणी को पढ़, सुन, गा और समझ कर मन में उपजता है। यह 'सहज' ही वास्तव में जीवन के उतार-चढ़ाव में आपका संबल

भी बनता है।

सतगुरु जगजीत सिंह जी व वर्तमान सतगुरु उदै सिंह जी ने अपने प्रवचनों में हर सिख बच्चे व बड़े को गुरमुखी पढ़ने व पंजाबी भाषा सीखने का निर्देश दिया है। इसी उद्देश्य से, सतगुरु जी की प्रेरणा से मैने इस छोटी पुस्तक को तैयार किया है। गुरमुखी सीखने के पारम्परिक तरीके से यह कुछ अलग है। पाँचवीं क्लास से ऊपर तक हिंदी पढ़े हुए सभी बच्चों व बड़ों के लिए यह कारगर वैज्ञानिक विधि है। थोड़े से परिश्रम और लगन से अधिकतर बच्चे या बड़े पंजाबी पढ़ना व लिखना आरंभ कर पाएंगे। यदि घर में कोई पंजाबी पढ़ा हुआ सदस्य है तो उस की थोड़ी सी सहायता से यह काम और भी आसान हो जाएगा। नियमानुसार एक दिन में एक ही पृष्ठ पढ़ें व अभ्यास करें। हर पांचवें दिन अपनी परीक्षा लें। बार बार लिखना और बोलना ही इस शिक्षा-पद्धति का गुर है। हर पांचवें दिन अपना टैस्ट लें । स्वयं प्रयास करने पर आप धीरे-धीरे गुरमुखी या पंजाबी पढ़ना व लिखना सीख पाएंगे। वे सभी वयस्क जो गुरमुखी जानते हैं परन्तु व्यावसायिक शिक्षक नहीं हैं, इस पुस्तक की सहायता से अपने बच्चे या अन्य किसी को गुरमुखी पढ़ा सकते हैं। मुझे आशा है कि इस पुस्तक की सहायता से कुछ और सिख बच्चे व वयस्क गुरबाणी पढ़ने में सक्षम हो सकेंगे।

डा० जय इंद्र पाल सिंह मन्डी (हि०प्र०)

गुरमुखी लिपि का का मूल आधार अन्य भारतीय लिपियों जैसे बंगाली, उड़िया, तिबेतन व देवनागरी की तरह 2000 वर्ष पूर्व प्रचलित प्राकृत भाषा व ब्राम्ही लिपि से हुआ माना गया है। एक मतानुसार पंजाब में पंद्रहवीं-सोलहवीं शताब्दी में प्रचलित अर्धनागरी या देवनागरी तथा सिद्ध-मात्रिका (जो कश्मीर की शारदा लिपि पर आधारित है), के संगम से बनी। आधुनिक गुरमुखी लिपि में 38 व्यंजन (अखर), 10 स्वर (लगां-मात्रा), नासिका-ध्वनि के 2 चिन्ह (बिंदी व टिप्पी) तथा दोहरे अक्षर के लिए 1 चिन्ह (अद्धक) हैं। इसके अतिरिक्त 4 संयुक्त, 'र' 'ह' 'ट' 'व' तथा आधे 'य' व्यंजनों के संयुक्त अक्षर हैं।

(दिन-1)

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ल ◌ा

ਲ ◌ਾ

लिखने का एक तरीका

(आ की मात्रा की लंबाई कम है)

अभ्यास

(बीस बार बोल कर लिखें)

ਲਾਲ ਲਾਲਾ ਲਾ

दिन-2

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ख अ ि े

ਖ ਅ ਿ ੇ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਖੇਲ ਲਿਖ ਲਾਖ ਖਾਲ ਖਿਲ ਲੇਖ ਲਿਖਿਆ ਅਲਖ ਲਿਆ

ਖਿਲਿਆ ਖੇਲਿਆ ਲੇਖਾ ਲਾਖਾ ਆਖ ਆਖਿਆ ਲਖਿਆ

ਆਲਾ ਲਿਆ

ध्यान दें:

पंजाबी में छोटी इ की मात्रा (ि) का उच्चारण शब्द के आरम्भ में 'इ' और मध्य तथा अंत में उस अक्षर का आधा या कम हो जाता है, जैसे 'ਲਿਖ' का पंजाबी उच्चारण है 'लिख' व 'ਖਿਲਿਆ' का उच्चारण है 'खिलेआ' न कि 'खिलिआ' व 'ਲਿਖਿ' का उच्चारण है 'लिख्'।

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਾ ਿ ੇ

दिन-3

(आज के अक्षर/मात्राएं)

क त ह ए इ ो

(ओ की मात्रा)

ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ੋ

लिखने का एक तरीका

ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ੋ

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਤੇਲ ਕੋਲਾ ਹਾਲ ਕਾਲਖ ਤਾਕਤ ਹਲਕਾ ਕਿਲ ਹਿਕ

ਖੇਤ ਇਖਲਾਕ ਆਲਸ ਲੋਕ ਏਕੋ ਖਾਲਸ ਲੋਹਾ

ਤਾਲ ਖਾਕ ਇਕ ਹੋਏ ਏਕਤਾ

ध्यान दें: पंजाबी में ओ की मात्रा में अक्षर में ा नहीं लगता
हिंदी के इ, ई, ए, पंजाबी के एक ही अक्षर में मात्रा लगा कर लिखे जाते हैं : ਇ ਈ ਏ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਾ ਿ ੇ ੋ

दिन-4

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ब न ग र ु

ਬ ਨ ਗ ਰ ੁ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਅਖਬਾਰ ਗੁਲਾਬ ਖਰਾਬ ਇਤਬਾਰ ਬੁਰਾ ਗੋਤਾਖੋਰ

ਅਨਬਨ ਅਹਿਤ ਖਬਰ ਬੁਖਾਰ ਬੋਤਲ ਗਾਹਕ ਖੁਰਾਕ

ਗੁਨਾਹ ਅਹਿਤ ਬਰਤਨ ਕਿਨਾਰਾ ਹਨੇਰਾ ਖਿਲਾਰਾ ਗੋਲਕ

ध्यान दें: शब्द के अंतिम अक्षर पर 'उ' (ੁ) की मात्रा का उच्चारण नहीं होता। 'ਬਿਨੁ' का उच्चारण 'बिन' है 'बिनु' नहीं ।

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ

ਬ ਨ ਗ ਰ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ

दिन-5

गुरमुखी में लिखें

(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. लेख 2. इखलाक 3. लोक 4. कालख
5. खेत 6. एकता 7. होए 8. किला
9. लोहा 10. लखिआ 11. आला 12. केस
13. खाक 14. खालिक 15. काला
16. गुलाब 17. निराला 18. कुरबान
19. किरन 20. इनकार 21. गोल 22. रेल
23. हुनर 24. इतबार 25. कारखाना
26. कोलतार 27. होनहार 28. रुतबा
29. हरिआली 30. हुलारा

(गलतियां मिलने पर पिछले पृष्ठों को आज फिर से पढ़ें।)

दिन-6

(आज के अक्षर/मात्राएं)

द व ई ी

ਦ ਵ ਈ ੀ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਦਹਲੀਜ ਗਰੀਬ ਗਿਨਤੀ ਦੇਵਤਾ ਖਾਲੀ ਬੇਲਦਾਰ ਵਾਦਾ

ਬਦਲੀ ਵੇਰਵਾ ਖਰੀਦ ਗੁਰਦੇਵ ਇਰਾਦਾ ਦਾਨਵੀਰ

ਕੋਇਲਾ ਗੁਨਾਹਗਾਰ ਬੇਕਦਰੀ ਰੇਲ ਤਲਵਾਰ ਈਰਖਾ

ਹਵਨ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ

ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ

दिन-7

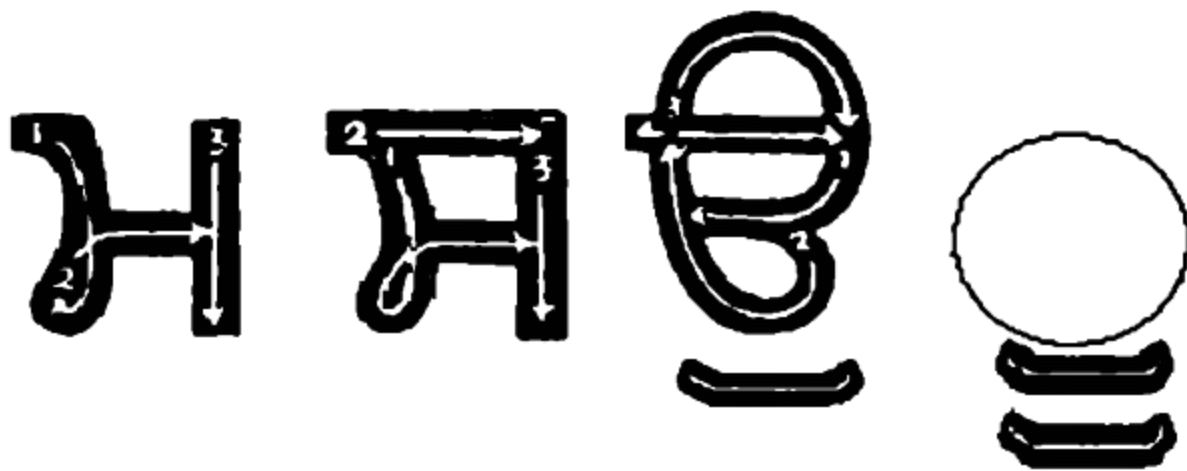
(आज के अक्षर/मात्राएं)

म स उ ू

ਮ ਸ ਉ ੂ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਮਦਦ ਸਲਾਹਕਾਰ ਉਦਾਸ ਸੁਮਾਰਗ ਮਾਲੀ ਸੁਨੇਹਾ ਮੋਰ

ਸਰੀਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੂਰ ਵਿਰਾਸਤ ਇਮਲੀ ਦੇਹਰਾਦੂਨ

ਆਵਾਗਮਨ ਮੋਰਨੀ ਅਮੀਰ ਉਸਤਾਦ ਮੁਸਲਮਾਨ

ਉਸਾਰੀ ਅਰਦਾਸ ਆਲੂ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ

ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ

दिन-8

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ज भ ट आ ओ

ਜ ਭ ਟ ਆ ਓ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਉਲਾਹਨਾ ਓਏ ਭਵਾਨੀ ਟੋਕਨ ਇਜਲਾਸ ਟਾਕਰਾ ਜੋਰ

ਅਲਿਪਤ ਭਾਈ ਬਜਟ ਟੋਪੀ ਓਪਰਾ ਭਤੀਜਾ

ਜਰਾਸੀਮ ਆਓ ਗਰਾਰੀ ਓਟ ਉਮਰ ਈਸਾ ਜੂਨ

ਉਸਤਾਦ ਗੁਨਾਹਗਾਰ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ

ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ

दिन-9

(आज के अक्षर/मात्राएं)

ण ध प ◌ै

ਣ ਧ ਪ ◌ੈ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਹਸਣਾ ਪਰੋਪਕਾਰ ਧਰਮ ਬਣੀ ਪੈਲੀ ਕਣਕ ਮਾਲਕ
ਪਾਣੀ ਧਰਤੀ ਮਨਣਾ ਜੈਸਲਮੇਰ ਧੀਰਜ ਪਧਾਰੋ ਲੂਣ
ਪਲੇਟ ਵੈਰ ਨਾਰਾਇਣ ਸਿਰੋਪਾ ਉਧਾਰ ਮੁਬਾਰਕ ਮਾਲਣ
ਧੋਖਾ ਮਣਕੇ ਭੈਣ ਕੀਰਤਨ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ
ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ੳ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੋ ◌ੁ ◌ੀ ◌ੂ
◌ੈ

दिन-10

गुरमुखी में लिखें
(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. गिनती 2. दहलीज 3. दानवीर 4. मोरनी 5. गोलक 6. इरादा 7. बेकदरी 8. वेरवा 9. सुनेहा 10. मुसलमान 11. उलाहना 12. देहरादून 13. भवानी 14. जरासीम 15. धरती 16. भतीजा 17. ओपरा 18. पाणी 19. आलस 20. धनी 21. धीरज 22. गुनाहगार 23. जीभ 24. माई 25. राणी 26. लकीर 27. लिखारी 28. भारत 29. इनसान 30. भैणी साहिब

दिन-11

(आज के अक्षर/ मात्राएं)

घ थ च ठ ौ ँ ं

ਘ ਥ ਚ ਠ ੌ ੈ ਂ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਠਹਿਰੋ ਚੌਥੀ ਬਥੇਰਾ ਘਨਘੋਰ ਚਸਕਾ ਚੌਧਰੀ ਬੈਠਕ

ਘਰਾਟ ਮੇਖਾਂ ਠੋਕਰ ਘਿਓ ਬਚਪਨ ਪੰਥ ਇਕਾਂਤ

ਥਿੰਧਾ ਘਬਰਾਹਟ ਗੰਭੀਰ ਕੈਂਚੀ ਚਾਨਣ ਥਾਲੀ ਸਰਮੋਂ

ध्यान दें:

जब उच्चारण गले से होता है तो अक्षर ऐसे लिखे जाते हैं : ਮਾਂ ਕਾਂ

ਕਿਓਂ ਭਾਦਰੋਂ ਮੈਂ ਸਰਸੋਂ ਦਸਵੇਂ ਵੇਖਾਂ

जब उच्चारण तालू और जीभ के बीच से होता है तो अक्षर ऐसे लिखे जाते हैं: ਗੰਗਾ ਚੰਗਾ ਪੰਜਵੀਂ ਸਿੰਘ ਕੰਘੀ ਕੰਗਨ ਥਿੰਧਾ ਸੰਗਤ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ ਂ ੰ

दिन-13

(आज के अक्षर)

ढ फ ड़ ङ ञ

ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ

(पुरातन ग्रंथों में 'ङ' तथा 'ञ' का उपयोग हुआ है लेकिन आधुनिक लेखन में इन अक्षरों का उपयोग लगभग समाप्त होता जा रहा है)

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਢਾਲ ਫਾੜੀ ਪੜਤਾਲ ਫੈਸਲਾ ਵੰਞਣਾ ਢੇਰ ਝਾੜੂ

ਲੜਾਈ ਸੁਞੇ ਧੜਕਨ ਢੋਂਗ ਜੱਫੀ ਤੋੜਨਾ ਙਿਆਨੀ ਕੌੜਾ

ਢੀਠ ਫੌਜੀ ਘੋੜੀ ਝਲਕ ਢਾਂਕ ਡੰਡਲ ਸੜਕ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ

ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ

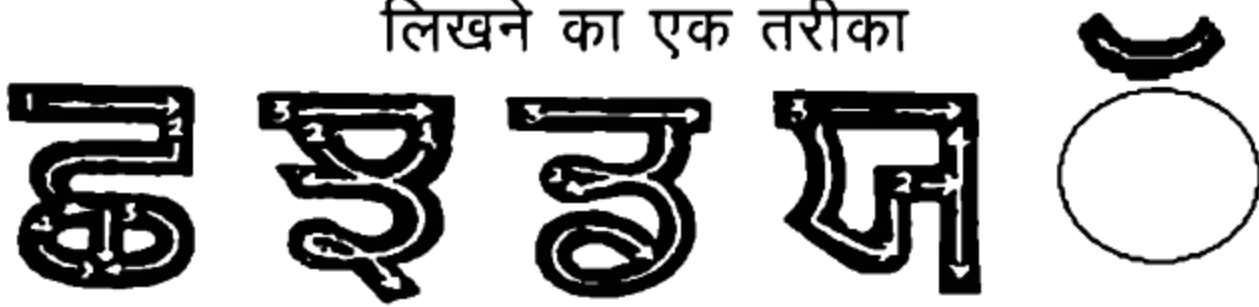
ਯ ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੋ ◌ੁ ◌ੀ ◌ੂ ◌ੈ ◌ੌ ◌ੰ ◌ਂ ◌ੱ

दिन-12

(आज के अक्षर)

छ झ ड य

ਛ ਝ ਡ ਯ ੱ

आज की मात्रा है ੱ । गुरमुखी में दोहरा अक्षर जैसे त्त क्क फ्फ प्प लिखने के लिए उस अक्षर से पहले अक्षर पर यह मात्रा (अद्धक) डाली जाती है। 'पक्का' लिखने का तरीका है 'ਪੱਕਾ'

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਛੁਰੀ ਝੋਲੀ ਇੱਛਾ ਦਯਾਵਾਨ ਡੋਰੀ ਯਾਤਰੀ ਝਲਕ

ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਝਰਨਾ ਛਪਾਈ ਝਾਂਜਰ ਮਿਠਾਈ

ਉਲਝਨ ਲਾਡਲਾ ਗੱਡਾ ਝੰਡਾ ਡਮਰੂ ਹੱਡੀ ਸੰਗਤ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ੳ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ

ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ ੰ ਂ ੱ

दिन-14

(आज के अक्षर)

क्र त्र प्र स्व ढ़

ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ੍ਹ

लिखने का एक तरीका

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਕ੍ਰੇਤਾ ਤ੍ਰਿਭਵਨ ਸ੍ਵਰ ਸ੍ਵਾਮੀ ਤ੍ਰਿਕਾਲ ਵਕ੍ਰ ਸ੍ਵੈਮਾਣ

ਤ੍ਰੇਤਾ ਕੜ੍ਹਾਹੀ ਪੜ੍ਹੋ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕ੍ਰੋਧ ਤ੍ਰੇਤਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰੂ

ਪ੍ਰਤੀਕ ਕ੍ਰਿਯਾ ਯਾਤ੍ਰਾ ਪ੍ਰਸਾਦ ਡ੍ਰਾਈਵਰ

ध्यान दें: 'स' 'क' 'त' 'ग' 'द' 'छ' व्यंजनों के नीचे 'व' डालने पर 'स्व' 'क्व' 'त्व' 'ग्व' 'द्व' 'छ्व' अक्षर बनते हैं तथा 'स' 'क', 'प', 'त' 'ड' 'ब' के नीचे र डालने पर 'स्र', 'क्र', 'प्र', ड्र तथा 'ब्र' बन जाता है। गुरमुखी में अन्य आधे अक्षरों का प्रयोग लगभग न के बराबर होता है।

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ੲ ਬ ਨ ਗ ਰ

ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ

ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਬ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ੍ਹ ਾ ਿ ੇ ੋ ੁ ੀ ੂ ੈ ੌ

ੰ ਂ ੱ

दिन-15

गुरमुखी में लिखें

(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. परोपकार 2. सिरोपा 3. बथेरा 4. घबराहट 5. डमरू 6. मिठाई 7. ढाल 8. हड्डी 9. इच्छा 10. फ़ैसला 11. उलझन 12. डंडल 13. छतरी 14. पड़ताल 15. चौधरी 16. कैंची 17. स्वैमाण 18. रासलीला 19. त्रेता 20. कड़ाही 21. प्रसाद 22. पढ़ो 23. गोताखोर 24. क्रोध 25. थाणेदार 26. ध्रू 27. ड्राईवर 28. स्वर 29. परछावां 30. सच्चाई

दिन-16

(आज के अक्षर)

श ख़ ग़ ज़ फ़

ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼

लिखने का एक तरीका

ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼

अभ्यास

(एक-एक शब्द बोल कर पांच बार लिखें)

ਸ਼ਰੀਫ਼ ਗਜ਼ਲ ਫ਼ਰੀਦ ਜ਼ਖੀਰਾ ਸ਼ੰਖ ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼

ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸ਼੍ਰੀ ਫ਼ੇਲ ਕਾਗਜ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਫ਼ਾਇਦਾ ਸ਼ਮਾ

ਜ਼ਾਯਾ ਫ਼ਾਸਲਾ ਜ਼ਮੀਂਦੋਜ਼ ਰੰਗਰੇਜ਼ ਸ਼ੋਰ ਗੁਜ਼ਾਰਾ

ਫ਼ਸਾਨਾ

आज तक के अक्षर व मात्राएं: ਲ ਖ ਅ ਕ ਤ ਹ ਏ ਇ ਬ ਨ ਗ ਰ ਦ ਵ ਈ ਮ ਸ ਉ ਓ ਜ ਭ ਟ ਆ ਣ ਧ ਪ ਘ ਥ ਚ ਠ ਛ ਝ ਡ ਯ ਢ ਫ ੜ ਙ ਞ ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ੍ਹ ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼ ◌ਾ ਿ◌ ◌ੇ ◌ੋ ◌ੁ ◌ੀ ◌ੂ ◌ੈ ◌ੌ ◌ੰ ◌ਂ ◌ੱ

दिन-17

(सभी मात्राएं)

अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ अं

ਅਭਿਆਸ

(ਇਕ ਵਾਰੀ ਇਹ ਲਿਖੋ)

स्वर/ਲਗਾਂ/ਮਾਤ੍ਰਾ:

ਅ ਆ ਇ ਈ ਉ ਊ ਏ ਐ ਓ ਔ ਅਂ/ਆਂ

ਕ ਕਾ ਕਿ ਕੀ ਕੁ ਕੂ ਕੇ ਕੈ ਕੋ ਕੌ ਕਂ/ਕਾਂ

व्यंजन/ਪੰਜਾਬੀ ਅੱਖਰ:

ਕ ਖ ਗ ਘ ਙ

ਚ ਛ ਜ ਝ ਞ

ਟ ਠ ਡ ਢ ਣ

ਤ ਥ ਦ ਧ ਨ

ਪ ਫ ਬ ਭ ਮ

ਯ ਰ ਲ ਵ ਸ

ਅੱਧੇ ਅੱਖਰ ('ਰ' 'ਵ' 'ਹ'):

ਕ੍ਰ ਤ੍ਰ ਪ੍ਰ ਡ੍ਰ ਸ੍ਵ ੜ੍ਹ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼:

ੴ (उच्चारण) **ਇਕ ਓਅੰਕਾਰ**

ਦਿਨ-18

(ਪੜ੍ਹੋ ਤੇ ਲਿਖੋ)

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ॥ ਜਪੁ ॥ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥ ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥

(पृष्ठ 6 तथा 8 पर 'ਿ' व 'ੁ' के उच्चारण के नियम याद रखें)

ਦਿਨ-19

ਅਭਿਆਸ (ਪੜ੍ਹੋ ਤੇ ਸਮਝੋ)

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ॥ ਜਪੁ ॥ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥

ਅਰਥ:- ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਇੱਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਰਚਨਹਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ, ਭੈ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੈ, ਵੈਰ-ਰਹਿਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕਾਲ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ, ਜੋ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਜੁਗਾਂ ਦੇ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਭੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਤੇ ਅਗਾਂਹ ਨੂੰ ਭੀ ਹੋਂਦ ਵਾਲਾ ਰਹੇਗਾ। ਜੇ ਮੈਂ ਲੱਖ ਵਾਰੀ (ਭੀ) (ਇਸ਼ਨਾਨ ਆਦਿਕ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ) ਸੁੱਚ ਰੱਖਾਂ, (ਤਾਂ ਭੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਸੁੱਚ ਰੱਖਣ ਨਾਲ (ਮਨ ਦੀ) ਸੁੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ। ਜੇ ਮੈਂ ਇਕ-ਤਾਰ ਸਮਾਧੀ ਲਾਈ ਰੱਖਾਂ; (ਤਾਂ ਭੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਚੁੱਪ ਕਰ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇ ਮੈਂ ਸਾਰੇ ਭਵਣਾਂ ਦੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਢੇਰ (ਭੀ) ਸਾਂਭ ਲਵਾਂ, ਤਾਂ ਭੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰਿਹਾਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇ (ਮੇਰੇ ਵਿਚ) ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਤੇ ਲੱਖਾਂ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਹੋਵਣ, (ਤਾਂ ਭੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ) ਇਕ ਭੀ ਚਤੁਰਾਈ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ। (ਤਾਂ ਫਿਰ) ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਪਰਕਾਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਬਣ ਸਕੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦਾ) ਕੂੜ ਦਾ ਪਰਦਾ ਕਿਵੇਂ ਟੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਰਜ਼ਾ ਦੇ ਮਾਲਕ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਤੁਰਨਾ-(ਇਹੀ ਇਕ ਵਿਧੀ ਹੈ)। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਇਹ ਵਿਧੀ) ਧੁਰ ਤੋਂ ਹੀ ਜਦ ਤੋਂ ਜਗਤ ਬਣਿਆ ਹੈ, ਲਿਖੀ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।

दिन-20

गुरमुखी में लिखें
(उत्तर अंतिम पृष्ठ पर)

1. दयावान 2. छलावा 3. इमानदार
4. प्रौहणा 5. ठेकेदार 6. आलीशान
7. भवसागर 8. पुत्री 9. चंडीगढ़ 10. बाजीगर
11. झुंड 12. डुबकी 13. ढीठ 14. प्रकोप
15. स्वागत 16. इट्‌ट 17. पुन्न 18. भाई
19. यकीन 20. स्वाभिमान 21. फ़रीद
22. नामकरण 23. पारब्रह्म 24. मधाणी
25. मेज़बान 26. परधान 27. छायादार
28. घुप्प 29. गुरू 30. ओजस्वी 31. तृष्णा
32. अकाल पुरख 33. निरवैर 34. चतुराईआं
35. पंडित 36. निहाल 37. अमृत 38. पवित्रता
39. विचारवान 40. सतिगुरू

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-5)

1. ਲੇਖ 2. ਇਖਲਾਕ 3. ਲੋਕ 4. ਕਾਲਖ 5. ਖੇਤ 6. ਏਕਤਾ 7. ਹੋਏ 8. ਕਿਲਾ 9. ਲੋਹਾ 10. ਲਖਿਆ 11. ਆਲਾ 12. ਕੇਸ 13. ਖਾਕ 14. ਖਾਲਿਕ 15. ਕਾਲਾ 16. ਗੁਲਾਬ 17. ਨਿਰਾਲਾ 18. ਕੁਰਬਾਨ 19. ਕਿਰਨ 20. ਇਨਕਾਰ 21. ਗੋਲ 22. ਰੇਲ 23. ਹੁਨਰ 24. ਇਤਬਾਰ 25. ਕਾਰਖਾਨਾ 26. ਕੋਲਤਾਰ 27. ਹੋਨਹਾਰ 28. ਰੁਤਬਾ 29. ਹਰਿਆਲੀ 30. ਹੁਲਾਰਾ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-10)

1. ਗਿਨਤੀ 2. ਦਹਲੀਜ 13. ਦਾਨਵੀਰ 4. ਮੋਰਨੀ 5. ਗੋਲਕ 6. ਇਰਾਦਾ 7. ਬੇਕਦਰੀ 8. ਵੇਰਵਾ 9. ਸੁਨੇਹਾ 10. ਮੁਸਲਮਾਨ 11. ਉਲਾਹਨਾ 12. ਦੇਹਰਾਦੂਨ 13. ਭਵਾਨੀ 14. ਜਰਾਸੀਮ 15. ਧਰਤੀ 16. ਭਤੀਜਾ 17. ਓਪਰਾ 18. ਪਾਣੀ 19. ਆਲਸ 20. ਧਨੀ 21. ਧੀਰਜ 22. ਗੁਨਾਹਗਾਰ 23. ਜੀਭ 24. ਮਾਈ 25. ਰਾਣੀ 26. ਲਕੀਰ 27. ਲਿਖਾਰੀ 28. ਭਾਰਤ 29. ਇਨਸਾਨ 30. ਭੈਣੀ ਸਾਹਿਬ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-15)

1. ਪਰੋਪਕਾਰ 2. ਸਿਰੋਪਾ 3. ਬਥੇਰਾ 4. ਘਬਰਾਹਟ 5. ਡਮਰੂ 6. ਮਿਠਾਈ 7. ਢਾਲ 8. ਹੱਡੀ 9. ਇੱਛਾ 10. ਫ਼ੈਸਲਾ 11. ਉਲਝਨ 12. ਡੰਡਲ 13. ਛਤਰੀ 14. ਪੜਤਾਲ 15. ਚੌਧਰੀ 16. ਕੈਂਚੀ 17. ਸ੍ਵੈਮਾਣ 18. ਰਾਸਲੀਲਾ 19. ਤ੍ਰੇਤਾ 20. ਕੜਾਹੀ 21. ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ 22. ਪੜ੍ਹੋ 23. ਗੋਤਾਖੋਰ 24. ਕ੍ਰੋਧ 25. ਥਾਣੇਦਾਰ 26. ਧ੍ਰੂ 27. ਡ੍ਰਾਈਵਰ 28. ਸੂਰ 29. ਪਰਛਾਵਾਂ 30. ਸੱਚਾਈ

ਉੱਤਰ (ਦਿਨ-20)

1. ਦਯਾਵਾਨ 2. ਛਲਾਵਾ 3. ਇਮਾਨਦਾਰ 4. ਪ੍ਰੌਹਣਾ 5. ਠੇਕੇਦਾਰ 6. ਆਲੀਸ਼ਾਨ 7. ਭਵਸਾਗਰ 8. ਪੁਤ੍ਰੀ 9. ਚੰਡੀਗੜ 10. ਬਾਜੀਗਰ 11. ਝੁੰਡ 12. ਡੁਬਕੀ 13. ਢੀਠ 14. ਪ੍ਰਕੋਪ 15. ਸ੍ਵਾਗਤ 16. ਇੱਟ 17. ਪੁੱਨ 18. ਭਾਈ 19. ਯਕੀਨ 20. ਸ੍ਵਾਭਿਮਾਨ 21. ਫ਼ਰੀਦ 22. ਨਾਮਕਰਣ 23. ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ 24. ਮਧਾਣੀ 25. ਮੇਜ਼ਬਾਨ 26. ਪਰਧਾਨ 27. ਛਾਯਾਦਾਰ 28. ਘੁੱਪ 29. ਗੁਰੂ 30. ਓਜਸ੍ਵੀ 31. ਤ੍ਰਿਸ਼ਣਾ 32. ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ 33. ਨਿਰਵੈਰ 34. ਚਤੁਰਾਈਆਂ 35. ਪੰਡਿਤ 36. ਨਿਹਾਲ 37. ਅਮ੍ਰਿਤ 38. ਪਵਿਤ੍ਰਤਾ 39. ਵਿਚਾਰਵਾਨ 40. ਸਤਿਗੁਰੂ

ਪੈਂਤੀ ਅੱਖਰ / पंजाबी के पैंतीस अक्षर

ੳ ਅ ੲ ਸ ਹ

ਕ ਖ ਗ ਘ ਙ

ਚ ਛ ਜ ਝ ਞ

ਟ ਠ ਡ ਢ ਣ

ਤ ਥ ਦ ਧ ਨ

ਪ ਫ ਬ ਭ ਮ

ਯ ਰ ਲ ਵ ੜ

ਸ਼ ਖ਼ ਗ਼ ਜ਼ ਫ਼

अक्षर ज्ञान

रोमन	देवनागरी	पंजाबी
1	१	੧
2	२	੨
3	३	੩
4	४	੪
5	५	੫
6	६	੬
7	७	੭
8	८	੮
9	९	੯
10	१०	੧੦

"ਜੋ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਗਏ ਹਨ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਨ ਅਸੀਂ ਓਸੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਜਾ ਸਕੀਏ"

-ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਦੇ ਸਿੰਘ ਜੀ

"ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜਾਓ
ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ
ਗੱਲ ਕਰਿਆ ਕਰੋ
ਜੇ ਉਹ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹਨਗੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜਨਗੇ
ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਿੱਖੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣਗੇ"

-ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਦੇ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਡਾ. ਜੈਇੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ 'ਮ
ਮੋ. 98160-36491